

自殺に関する県民意識調査報告書  
《 概 要 版 》

平成26年 1 月

滋賀県立精神保健福祉センター

## 目 次

<b>I</b>	<b>調査の概要</b> .....	<b>1</b>
1	調査の目的.....	1
2	調査の実施要領.....	1
3	調査票の配付・回収の状況.....	1
4	集計方法、数値の取り扱いについて.....	1
<b>II</b>	<b>回答者の状況</b> .....	<b>2</b>
<b>III</b>	<b>調査結果</b> .....	<b>3</b>
1	自殺の現状等について.....	3
2	悩みやストレスに関することについて.....	4
3	自殺やうつに関する意識について.....	9
4	メディアとの接触について.....	14

# I 調査の概要

## 1 調査の目的

県民の自殺に対する意識や、自殺サイトへの接触などの実態を把握し、今後の自殺対策を推進するうえでの基礎資料とする。

## 2 調査の実施要領

- 調査地域 滋賀県全域（全市町）
- 調査対象者 平成25年8月1日現在における県内在住の満20歳以上の男女
- 調査対象者数 3,000人
- 標本抽出方法 各市町の選挙人名簿より無作為抽出
- 調査方法 郵送配付・回収、無記名方式。  
調査期間中に、はがきによる礼状兼依頼状を1回配付
- 調査時期 平成25年8月30日～9月24日

## 3 調査票の配付・回収の状況

配付件数	不達件数	実配付件数	回収数 (回収率)	有効回答数 (有効回答率)
3,000件	22件	2,978件	1,661件 (55.8%)	1,659件 (55.7%)

※「不達件数」は、対象者の転居や宛名不明により配付できなかった調査票の件数。「回収率」及び「有効回答率」は、「実配付件数」に対する「回収数」及び「有効回答数」それぞれの比率。「有効回答数」は「回収数」から白票や回答不備の無効票を除外した件数。

## 4 集計方法、数値の取り扱いについて

- 集計は百分率（%）によるものとし、集計結果は小数第2位を四捨五入し、小数第1位までを表記している。
- 単数回答設問の各選択肢の回答比率の合計は、四捨五入の関係で100.0%にならない場合がある。
- 複数回答設問の各選択肢の回答比率は、当該設問に回答すべき人数を集計母数として求めているため、回答比率の合計が100.0%を超える場合がある。
- 当該設問の集計区分ごとの集計母数は、グラフ中に「(N=\*\*\*）」と表記し、数表では「集計母数」と表記している。
- 内閣府が平成23年度に実施した「自殺対策に関する意識調査」と比較可能な設問については、「全国・平成23年度調査」と表記の上で比較を行っている。
- 分析においては、「その他」や「無回答」は、特に断りなく分析区分や分析の対象から除外している。

## Ⅱ 回答者の状況

### ●回答者の性別

	回答数	構成比
男性	724	43.6%
女性	927	55.9%
無回答	8	0.5%
合計	1,659	100.0%

### ●回答者の年齢

	回答数	構成比
20歳代	164	9.9%
30歳代	301	18.1%
40歳代	360	21.7%
50歳代	368	22.2%
60歳代	309	18.6%
70歳以上	152	9.2%
無回答	5	0.3%
合計	1,659	100.0%

### ●回答者の職業

	回答数	構成比
勤めている（常勤）	623	37.6%
勤めている（パート・アルバイト）	287	17.3%
自営業	143	8.6%
自由業	43	2.6%
専業主婦・主夫	267	16.1%
学生	27	1.6%
無職	185	11.2%
その他	10	0.6%
無回答	74	4.5%
合計	1,659	100.0%

### ●回答者の同居者の有無

	回答数	構成比
いる	1,515	91.3%
いない	75	4.5%
無回答	69	4.2%
合計	1,659	100.0%

### ●回答者の居住地域

	回答数	構成比
大津地域	367	22.1%
湖南地域	340	20.5%
甲賀地域	155	9.3%
東近江地域	245	14.8%
湖東地域	154	9.3%
湖北地域	186	11.2%
湖西地域	135	8.1%
無回答	77	4.6%
合計	1,659	100.0%

### 市町と地域の対応

地域区分	該当市町
大津地域	大津市
湖南地域	草津市、守山市、栗東市、野洲市
甲賀地域	湖南市、甲賀市
東近江地域	近江八幡市、東近江市、日野町、竜王町
湖東地域	彦根市、愛荘町、豊郷町、甲良町、多賀町
湖北地域	長浜市、米原市
湖西地域	高島市

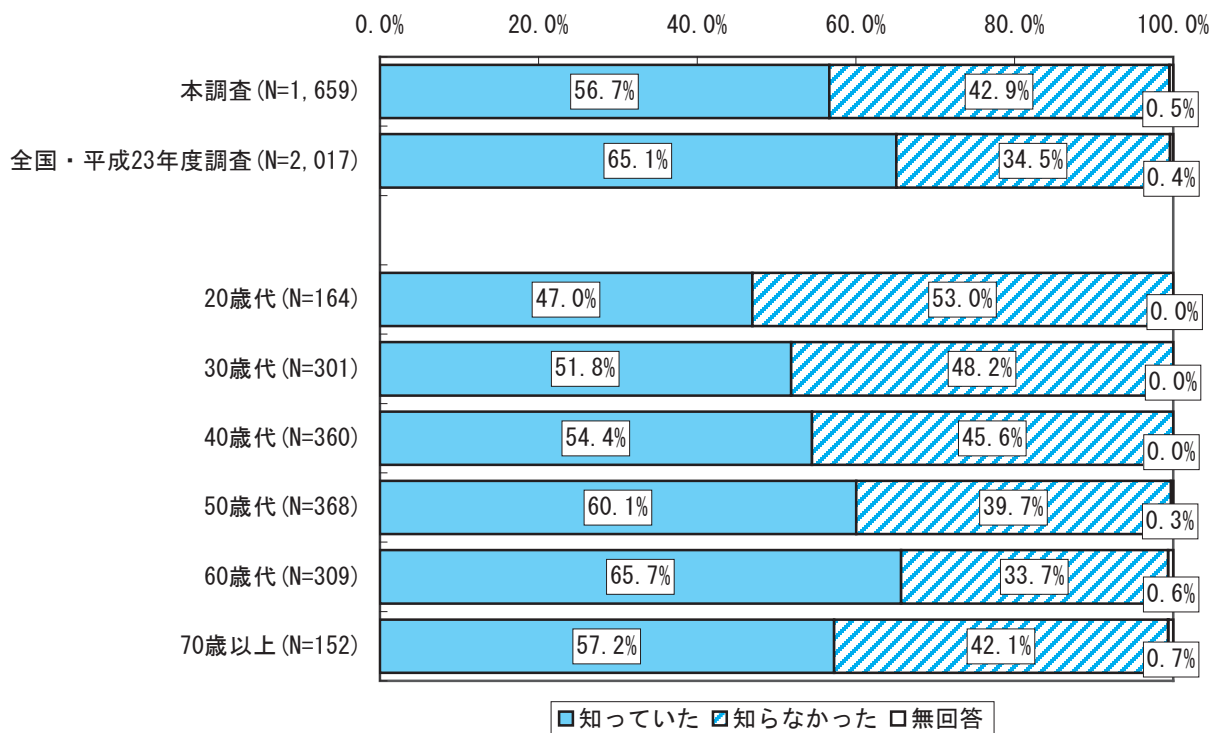
### Ⅲ 調査結果

#### 1 自殺の現状等について

##### 1-1 我が国の自殺の実態の認知

- 我が国の自殺の実態の認知をたずねたところ、「知っていた」が56.7%、「知らなかった」が42.9%となっている。
- 全国調査に比べて、本調査では「知っていた」が8.4ポイント少なく、「知らなかった」が8.4ポイント多い。
- 20歳代では「知らなかった」が「知っていた」を上回っているが、30歳代以上では「知っていた」が「知らなかった」を上回っている。「知っていた」は60歳代を最多として年齢層が高いほどが多い傾向となっている。

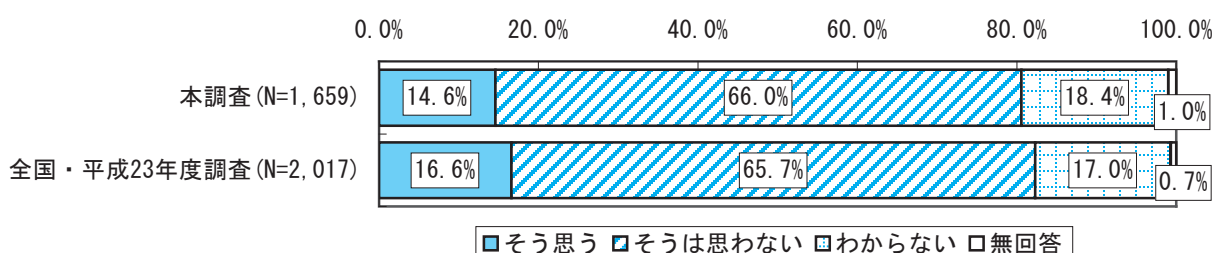
図表 我が国の自殺の実態の認知



##### 1-2 自殺は個人の問題といわれることに対する意識

- 自殺は個人の問題といわれることに対する意識をたずねたところ、「そう思わない」が66.0%で最も多く、以下「わからない」が18.4%、「そう思う」が14.6%となっている。
- 全国調査に比べて、いずれの選択肢も2ポイント以内の差となっており、回答傾向に大差はない。

図表 自殺は個人の問題といわれることに対する意識

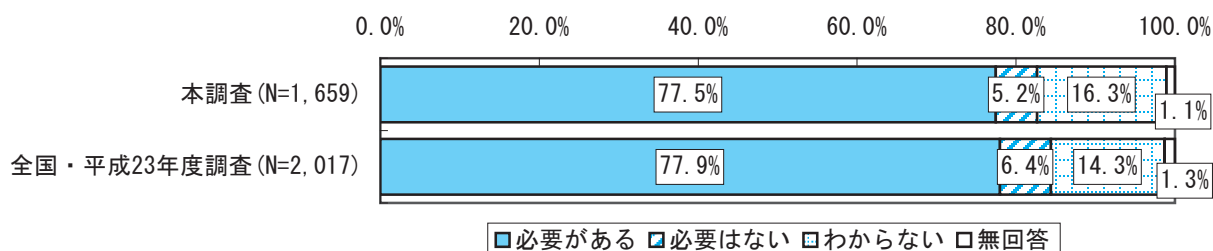


### 1-3 自殺対策を社会的な取組として実施する必要性に対する意識

○自殺対策を社会的な取組として実施する必要性に対する意識をたずねたところ、「必要がある」が77.5%で最も多く、以下、「わからない」が16.3%、「必要はない」が5.2%となっている。

○全国調査に比べて、いずれの選択肢も2ポイント以内の差となっており、回答傾向に大差はない。

図表 自殺対策を社会的な取組として実施する必要性に対する意識

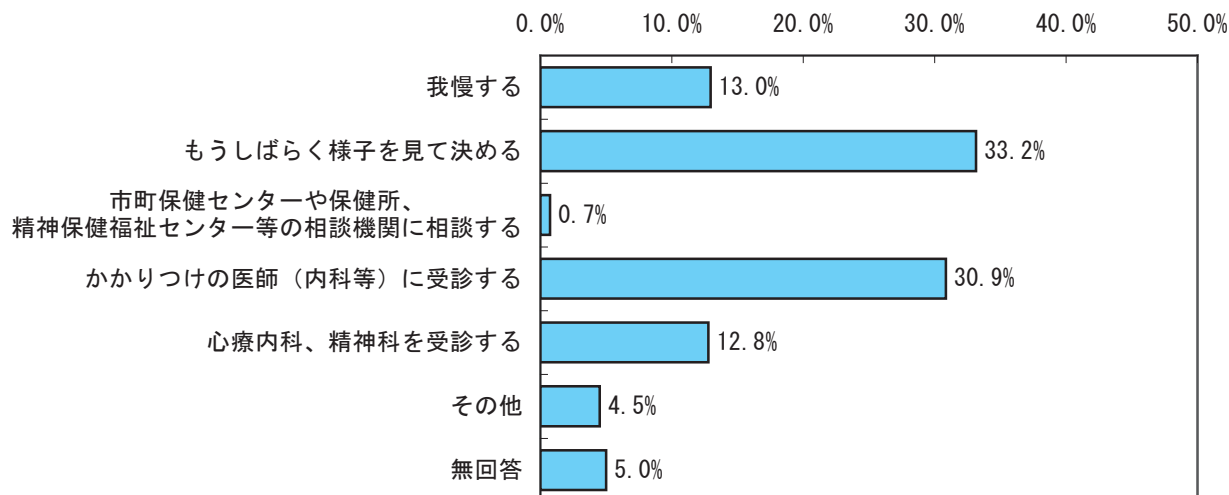


## 2 悩みやストレスに関することについて

### 2-1 仮によく眠れない日が2週間続いたときにとると思う対処法

○仮によく眠れない日が2週間続いたときにとると思う対処法をたずねたところ、「もうしばらく様子を見て決める」が33.2%で最も多く、以下、「かかりつけの医師（内科等）に受診する」が30.9%、「我慢する」が13.0%、「心療内科、精神科を受診する」が12.8%などとなっている。

図表 仮によく眠れない日が2週間続いたときにとると思う対処法



## 2-2 悩みやストレスがあるときに誰かに相談したり助けを求めたりすることに対するためらいの有無と程度

- 悩みやストレスがあるときに誰かに相談したり助けを求めたりすることに対するためらいの有無と程度をたずねたところ、「ためらいを感じる」人は45.7%、「ためらいを感じない」人は46.4%で、「ためらいを感じる」人との大差はない。
- 全国調査に比べて、本調査では「ためらいを感じる」人は2.3ポイント多く、「ためらいを感じない」人は4.6ポイント少ない。
- 「ためらいを感じる」人は、男女ともに年齢層が高いほど多い傾向となっている。また、いずれの年齢層でも男性が女性に比べて多いが、特に男性の40歳代以上では過半数を占めており、「ためらいを感じる」人がより多い傾向にある。

図表 悩みやストレスがあるときに誰かに相談したり助けを求めたりすることに対するためらいの有無と程度



※「ためらいを感じる」:「そう思う」と「どちらかというと思う」の合計

「ためらいを感じない」:「そうは思わない」と「どちらかというとは思わない」の合計

## 2-3 周囲の人との関係について

(1) 不満・悩み・つらい気持ちを受け止めて耳を傾けてくれる人の有無とその人との関係

(2) 必要なときに物質的・金銭的な支援をしてくれる人の有無とその人との関係

(1) 不満・悩み・つらい気持ちを受け止めて耳を傾けてくれる人の有無とその人との関係

○不満・悩み・つらい気持ちを受け止めて耳を傾けてくれる人の有無とその人との関係をたずねたところ、「いない」は5.8%で、いる人との関係についてみると、「同居の親族（家族）」が67.2%で最も多く、以下、「友人」が47.6%、「同居していない親族（家族）」が22.5%、「職場の同僚等」が20.0%、「近所の知り合い」が6.8%などとなっている。

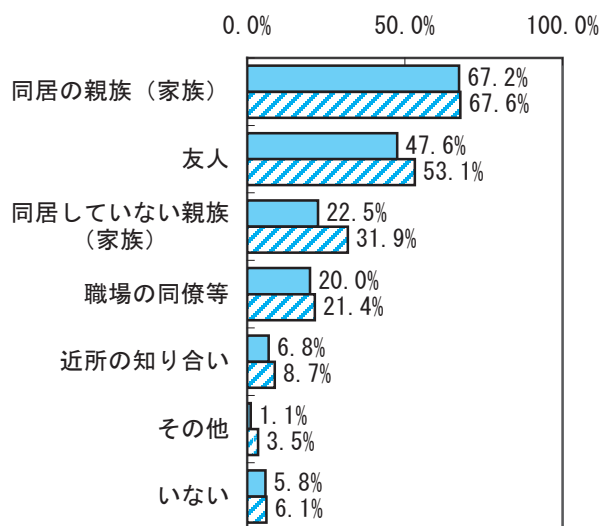
○全国調査に比べて、「同居の親族（家族）」は本調査・全国調査ともに最も多く、0.4ポイント差でほぼ同率となっている。このほか、「同居していない親族（家族）」は本調査が9.4ポイント少なく、「友人」も本調査が5.5ポイント少ない。

(2) 必要なときに物質的・金銭的な支援をしてくれる人の有無とその人との関係

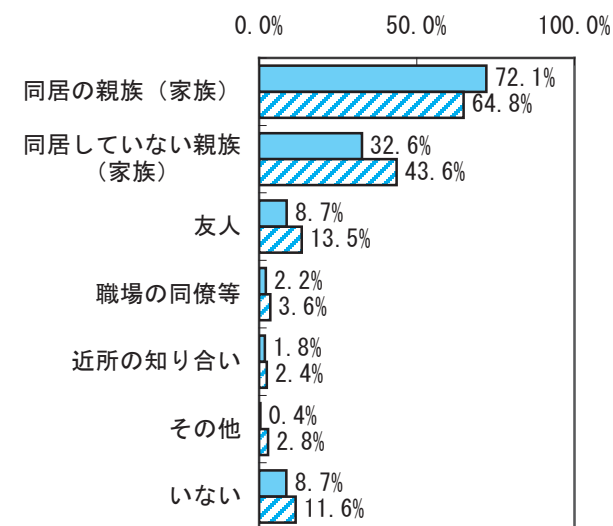
○必要なときに物質的・金銭的な支援をしてくれる人の有無とその人との関係をたずねたところ、「いない」は8.7%で、いる人との関係についてみると、「同居の親族（家族）」が72.1%で最も多く、以下、「同居していない親族（家族）」が32.6%、「友人」と「いない」がともに8.7%などとなっている。

○全国調査に比べて、「同居の親族（家族）」は本調査・全国調査ともに最も多いが、本調査が7.3ポイント多い。このほか、「同居していない親族（家族）」は本調査が11.0ポイント少なく、「友人」も本調査が4.8ポイント少ない。

図表 (1) 不満・悩み・つらい気持ちを受け止めて耳を傾けてくれる人の有無とその人との関係（複数回答）



図表 (2) 必要なときに物質的・金銭的な支援をしてくれる人の有無とその人との関係（複数回答）



■ 本調査 (N=1,659) ■ 全国・平成23年度調査 (N=2,017)

■ 本調査 (N=1,659) ■ 全国・平成23年度調査 (N=2,017)

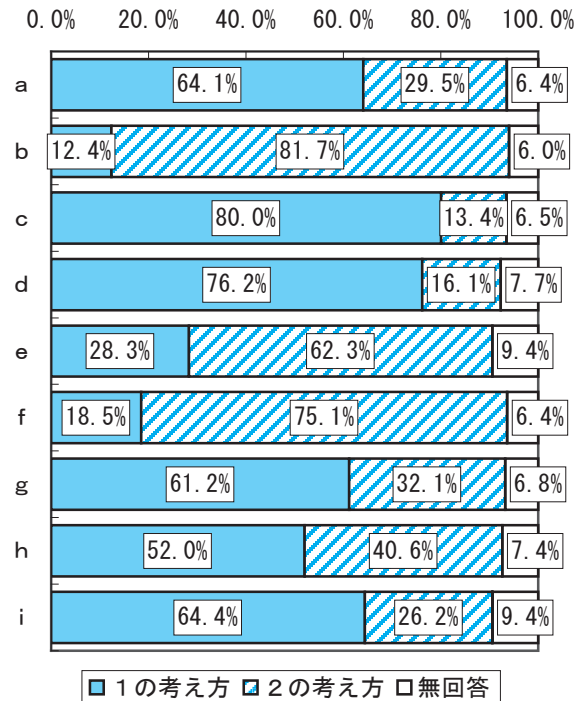
※ 「その他」・「いない」を含まずに、「全体」の結果が多い順に図示



## 2-4 何か困難や問題に直面したときの考え方

- 何か困難や問題に直面したときの考え方について、a～iそれぞれにおいて1と2いずれの考え方に近いかをたずねた。
- aについては、「周囲の人も同じような困難に直面していると考える」が64.1%で、「どうして自分だけこんな目に遭うのかと恨めしく思う」の29.5%を上回っている。
- bについては、「失敗しても『次がある』と考える」が81.7%で、「失敗したら『次はない』と考える」の29.5%を上回っている。
- cについては、「『必ず解決策がある』と考える」が80.0%で、「『解決できない問題に直面した』と考える」の13.4%を上回っている。
- dについては、「『学びや成長するための経験だ』と考える」が76.2%で、「『もうダメだ』と考える」の16.1%を上回っている。
- eについては、「逃げ出したくなる」が62.3%で、「やる気がでる」の28.3%を上回っている。
- fについては、「時には逃げたり遠回りすることも必要だと考える」が75.1%で、「絶対に逃げてはいけなと考える」の18.5%を上回っている。
- gについては、「まずは冷静に一步引いて考える」が61.2%で、「とりあえず行動してみる」の32.1%を上回っている。
- hについては、「誰かに頼ろうとする」が52.0%で、「自分だけで解決しようとする」の40.6%を上回っている。
- iについては、「困難が生じた原因を自分の中に探ろうとする」が64.4%で、「困難が生じた原因を外部の環境の中に探ろうとする」の26.2%を上回っている。

図表 何か困難や問題に直面したときの考え方

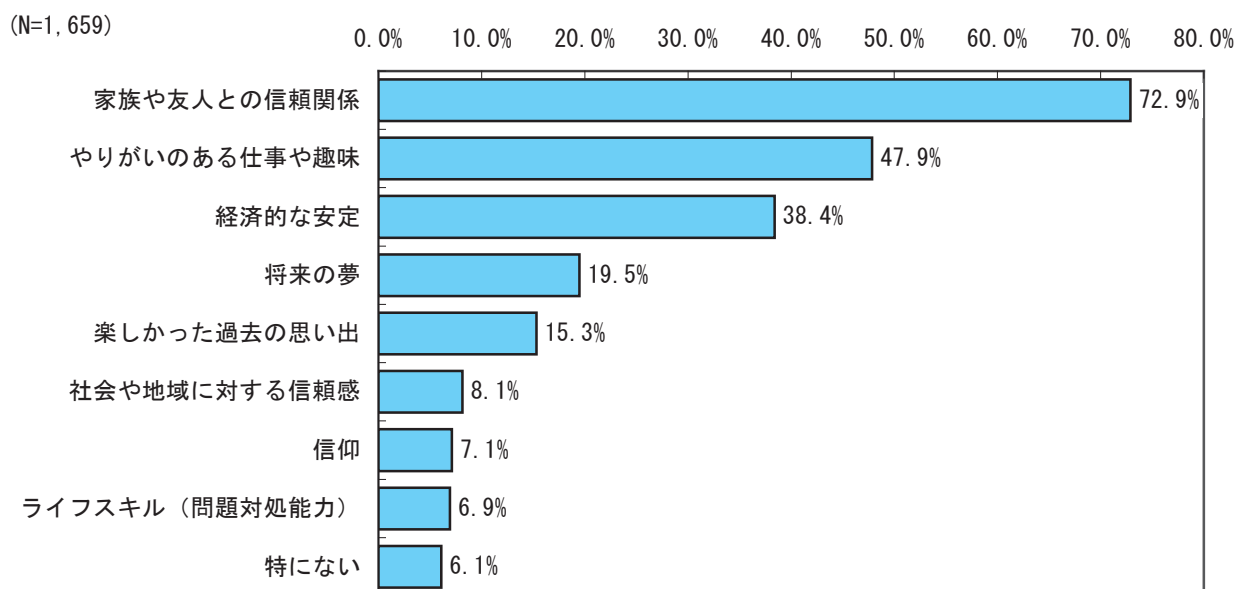


a	1 周囲の人も同じような困難に直面していると考える 2 どうして自分だけこんな目に遭うのかと恨めしく思う
b	1 失敗したら「次はない」と考える 2 失敗しても「次がある」と考える
c	1 「必ず解決策がある」と考える 2 「解決できない問題に直面した」と考える
d	1 「学びや成長するための経験だ」と考える 2 「もうダメだ」と考える
e	1 やる気がでる 2 逃げ出したくなる
f	1 絶対に逃げてはいけなと考える 2 時には逃げたり遠回りすることも必要だと考える
g	1 まずは冷静に一步引いて考える 2 とりあえず行動してみる
h	1 誰かに頼ろうとする 2 自分だけで解決しようとする
i	1 困難が生じた原因を自分の中に探ろうとする 2 困難が生じた原因を外部の環境の中に探ろうとする

## 2-5 生きる励みや支えになっていること

○生きる励みや支えになっていることをたずねたところ、「家族や友人との信頼関係」が72.9%で最も多く、以下、「やりがいのある仕事や趣味」が47.9%、「経済的な安定」が38.4%、「将来の夢」が19.5%などとなっている。

図表 生きる励みや支えになっていること（複数回答）



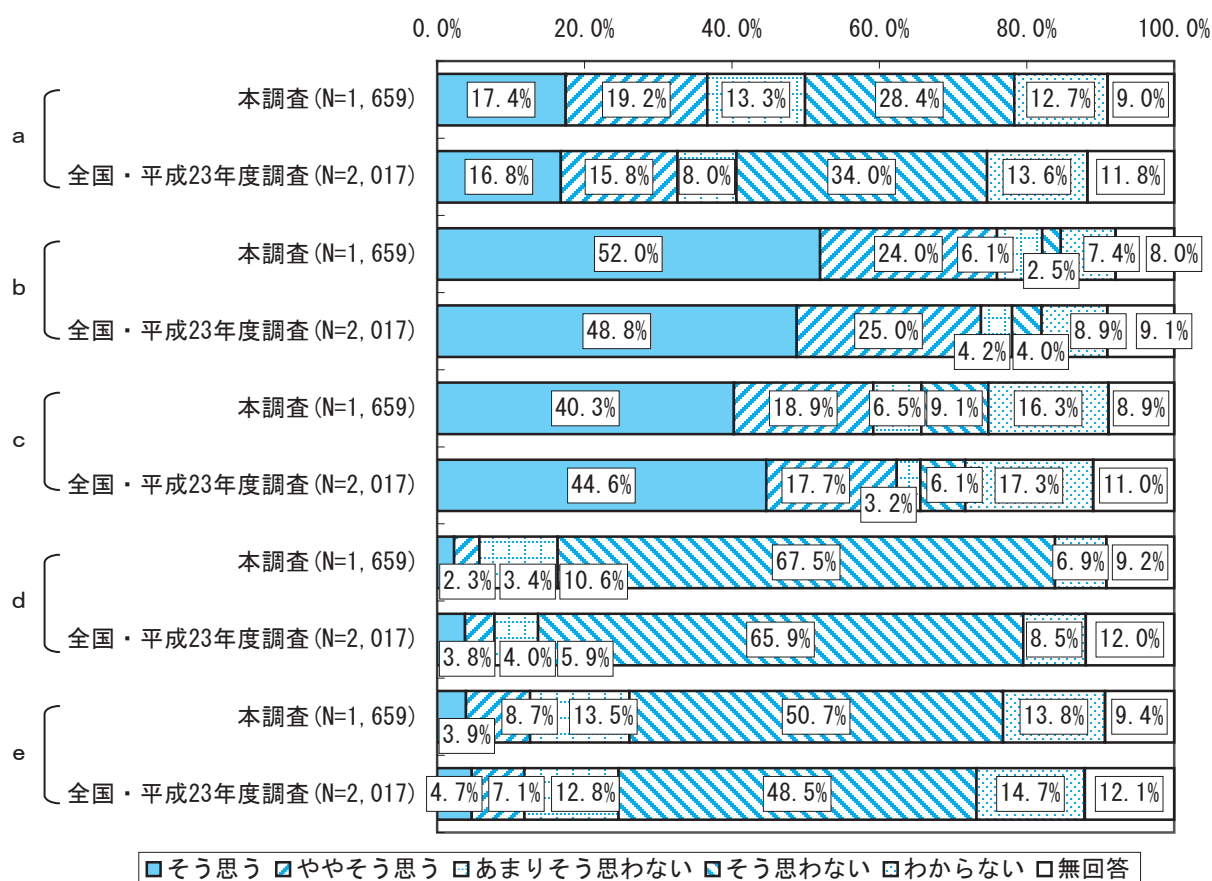
※「特にない」を含まずに、結果が多い順に図示

### 3 自殺やうつに関する意識について

#### 3-1 自殺に対する意識・考え方

- 自殺に対する意識・考え方をたずね、「そう思う」と「そう思わない」を合わせて「肯定的意識」、「そう思わない」と「あまりそう思わない」を合わせて「否定的意識」として分析を行った。
- aについて、肯定的意識は36.6%、否定的意識は41.7%で、全国調査に比べて、肯定的意識は本調査が4.0ポイント多いが、否定的意識は本調査が0.3ポイント少なく、大差はない。
- bについて、肯定的意識は76.0%、否定的意識は8.6%で、全国調査に比べて、肯定的意識は本調査が2.2ポイント多く、否定的意識は0.4ポイント多いが、それぞれ大差はない。
- cについて、肯定的意識は59.2%、否定的意識は15.6%で、全国調査に比べて、肯定的意識は本調査が3.1ポイント少なく、否定的意識は本調査が6.3ポイント多い。
- dについて、肯定的意識は5.7%、否定的意識は78.1%で、全国調査に比べて、否定的意識は本調査が6.3ポイント多いが、肯定的意識は本調査が2.1ポイント少なく、大差はない。
- eについて、肯定的意識は12.6%、否定的意識は64.2%で、全国調査に比べて、否定的意識は本調査が2.9ポイント多く、肯定的意識は0.8ポイント多く、それぞれ大差はない。

図表 自殺に対する意識・考え方

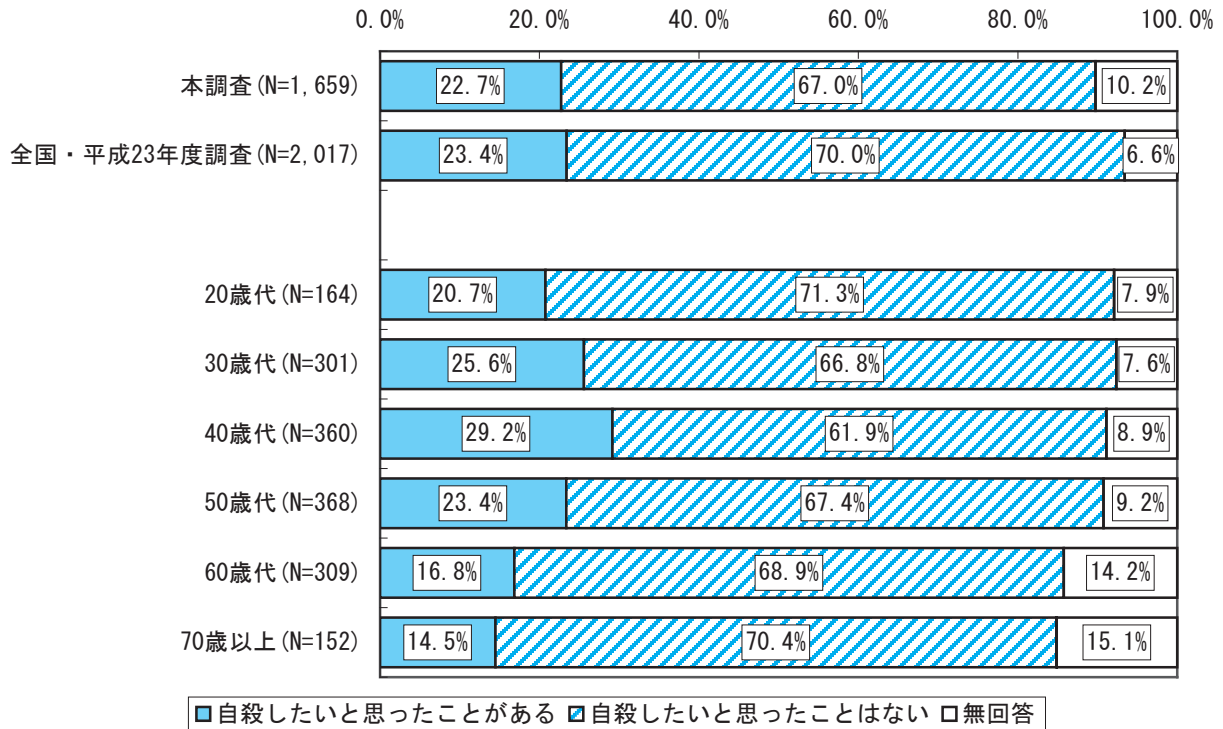


a	生死は最終的に本人の判断に任せるべきである
b	自殺せずに生きていれば良いことがある
c	自殺する人は、直前まで実行するかやめるか気持ちが揺れ動いている
d	責任を取って自殺することは仕方がない
e	自殺は繰り返されるので、周囲の人が止めることはできない

### 3-2 これまでの人生の中で本気で自殺したいと考えたことの有無

- これまでの人生の中で本気で自殺したいと考えたことの有無をたずねたところ、「自殺したいと思ったことはない」が67.0%、「自殺したいと思ったことがある」が22.7%となっている。
- 全国調査に比べて、「自殺したいと思ったことがある」は0.7ポイント差で大差はないが、「自殺したいと思ったことはない」は本調査が3.0ポイント少ない。
- 「自殺したいと思ったことがある」は、50歳代以下では20%台となっており、60歳代以上が10%台であるのに比べて多く、40歳代が29.2%で最も多い。

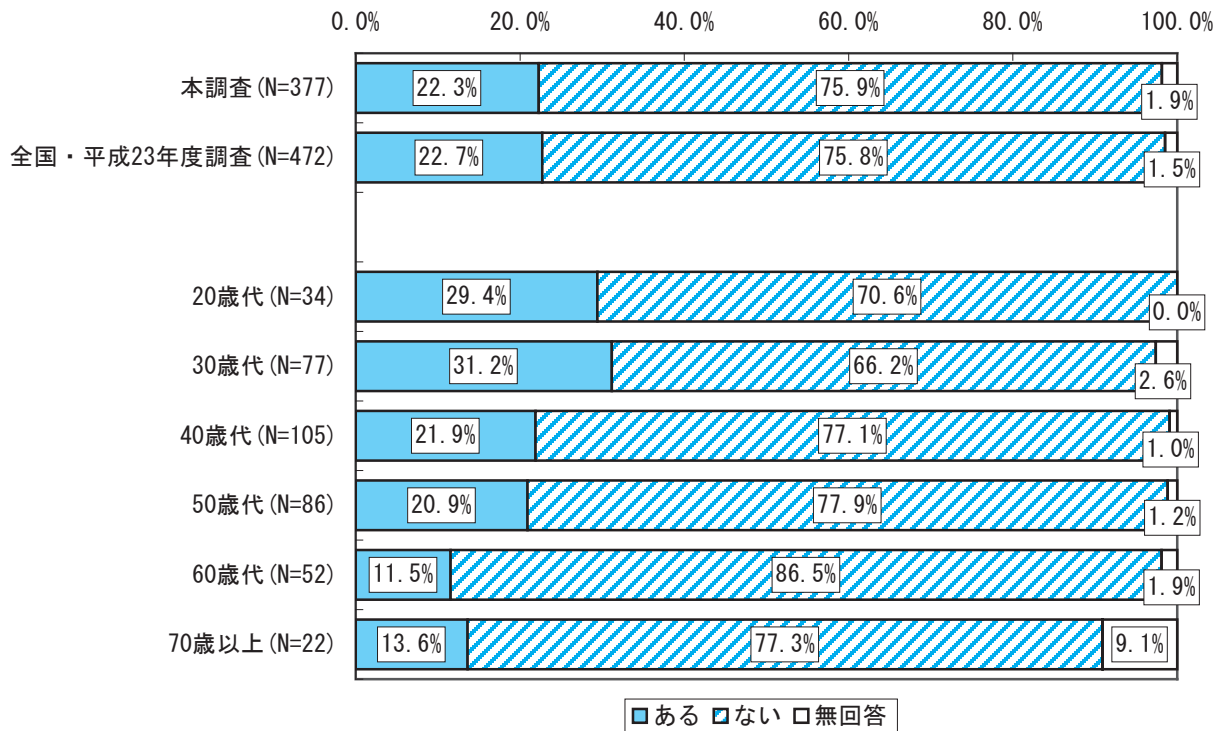
図表 これまでの人生の中で本気で自殺したいと考えたことの有無



### 3-3 最近1年以内に自殺したいと思ったことの有無

- これまでの人生で本気で自殺したいと思ったことがある人に対して、最近1年以内に自殺したいと思ったことの有無をたずねたところ、「ない」が75.9%、「ある」が22.3%となっている。
- 全国調査に比べて、いずれも本調査と全国調査との差は1ポイント以内で、回答傾向に大差はない。
- 最近1年以内に自殺したいと思ったことが「ある」人は、年齢層が低いほどが多い傾向となっている。

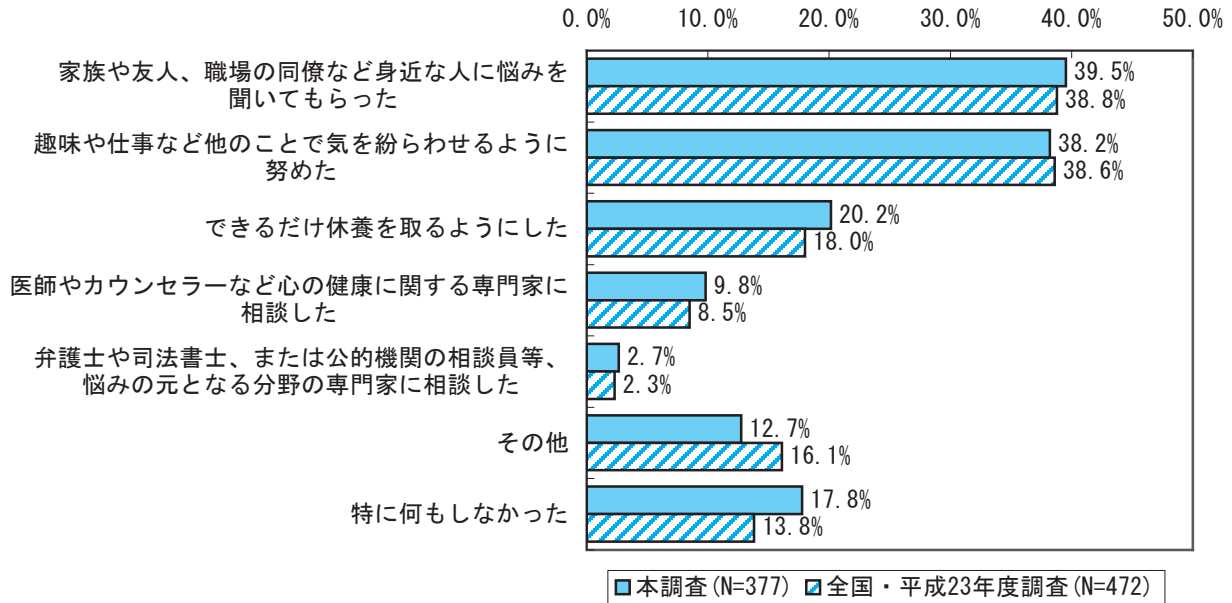
図表 最近1年以内に自殺したいと思ったことの有無



### 3-4 自殺したいと考えたときにとった対処法

- これまでの人生で本気で自殺したいと思ったことがある人に対して、そう思ったときにとった対処法をたずねたところ、「家族や友人、職場の同僚など身近な人に悩みを聞いてもらった」が39.5%で最も多く、以下、「趣味や仕事など他のことで気を紛らわせるように努めた」が38.2%、「できるだけ休養を取るようにした」が20.2%、「特に何もしなかった」が17.8%などとなっている。
- 全国調査に比べて、「その他」と「特に何もしなかった」以外は回答傾向に大差はないが、「特に何もしなかった」は、本調査が4.0ポイント多い。

図表 自殺したいと考えたときにとった対処法（複数回答）

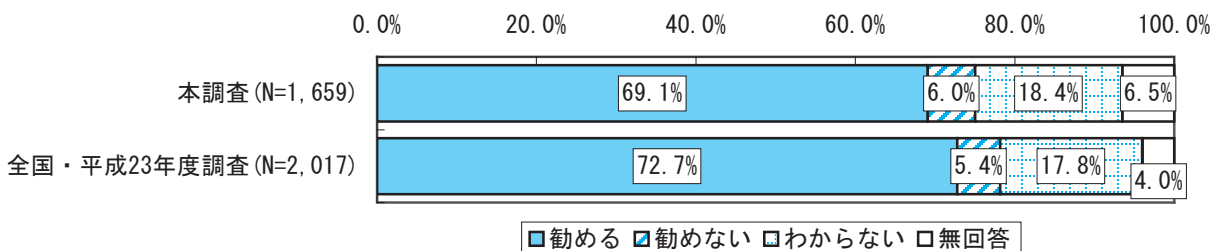


※「その他」・「特に何もしなかった」を含まずに、「全体」の結果が多い順に図示

### 3-5 仮に家族など身近な人の「うつ病のサイン」に気づいたときに精神科病院へ相談することを勧めるか

- 仮に家族など身近な人の「うつ病のサイン」に気づいたときに精神科病院へ相談することを勧めるかをたずねたところ、「勧める」が69.1%で最も多く、「わからない」が18.4%、「勧めない」が6.0%となっている。
- 全国調査に比べて、本調査では「勧める」が3.6ポイント少ない。

図表 仮に家族など身近な人の「うつ病のサイン」に気づいたときに精神科病院へ相談することを勧めるか

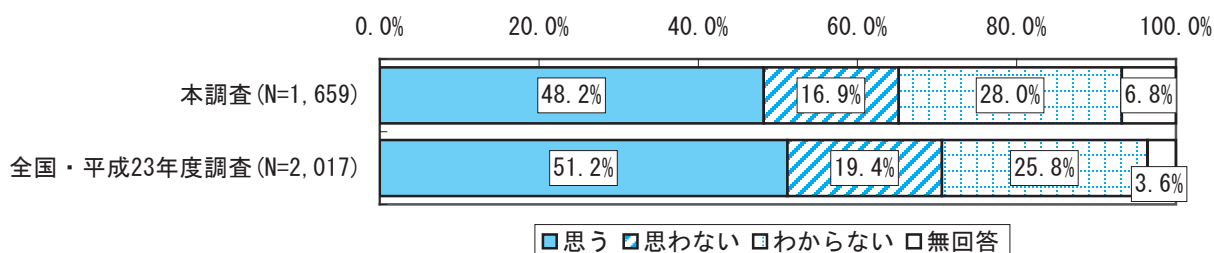


### 3-6 仮に自分自身の「うつ病のサイン」に気づいたときに自ら精神科病院へ相談しようと思うか

○仮に自分自身の「うつ病のサイン」に気づいたときに自ら精神科病院へ相談しようと思うかをたずねたところ、「思う」が48.2%で最も多く、以下、「わからない」が28.0%、「思わない」が16.9%となっている。

○全国調査に比べて、本調査では「思う」が3.0ポイント少ない。

図表 仮に自分自身の「うつ病のサイン」に気づいたときに自ら精神科病院へ相談しようと思うか

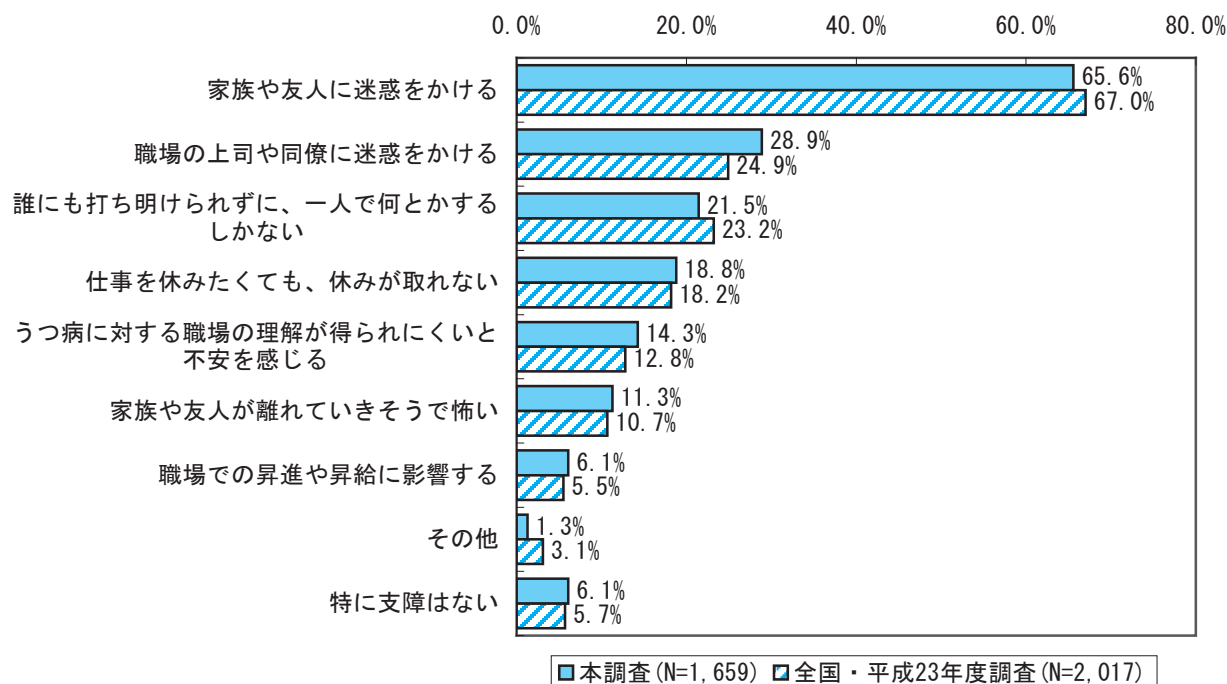


### 3-7 仮に自分自身がうつになった場合に生じると思う支障

○仮に自分自身がうつになった場合に生じると思う支障をたずねたところ、「家族や友人に迷惑をかける」が65.6%で最も多く、以下、「職場の上司や同僚に迷惑をかける」が28.9%、「誰にも打ち明けられずに、一人で何とかするしかない」が21.5%、「仕事を休みたくても、休みが取れない」が18.8%などとなっている。

○全国調査に比べて、本調査では「職場の上司や同僚に迷惑をかける」が4.0ポイント多いが、全体としては同様の回答傾向となっている。

図表 仮に自分自身がうつになった場合に生じると思う支障（複数回答）



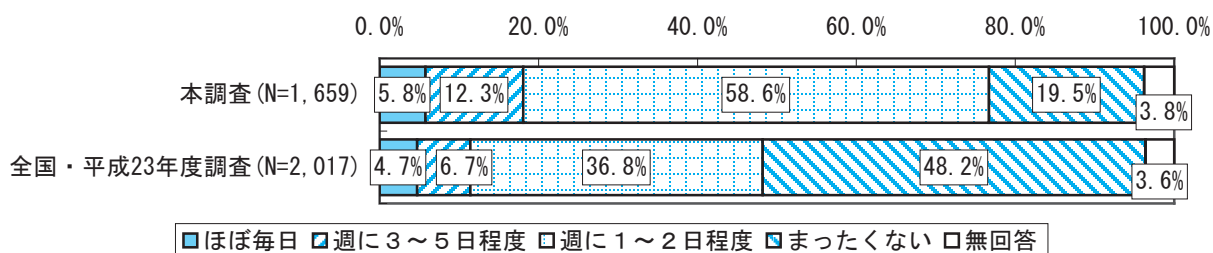
※「その他」・「特に支障はない」を含まずに、「全体」の結果が多い順に図示

## 4 メディアとの接触について

### 4-1 生活実感として、自殺に関する報道に接する頻度

- 生活実感として、自殺に関する報道に接する頻度をたずねたところ、「週に1～2日程度」が58.6%で最も多く、以下、「まったくない」が19.5%、「週に3～5日程度」が12.3%、「ほぼ毎日」が5.8%となっている。
- 全国調査に比べて、本調査では「まったくない」が28.7ポイント少なく、「週に3～5日程度」が5.6ポイント多く、「週に1～2日程度」が21.8ポイント多くなっており、週に1～2日程度以上自殺に関する報道に接している人は、本調査が28.5ポイント多い。

図表 生活実感として、自殺に関する報道に接する頻度



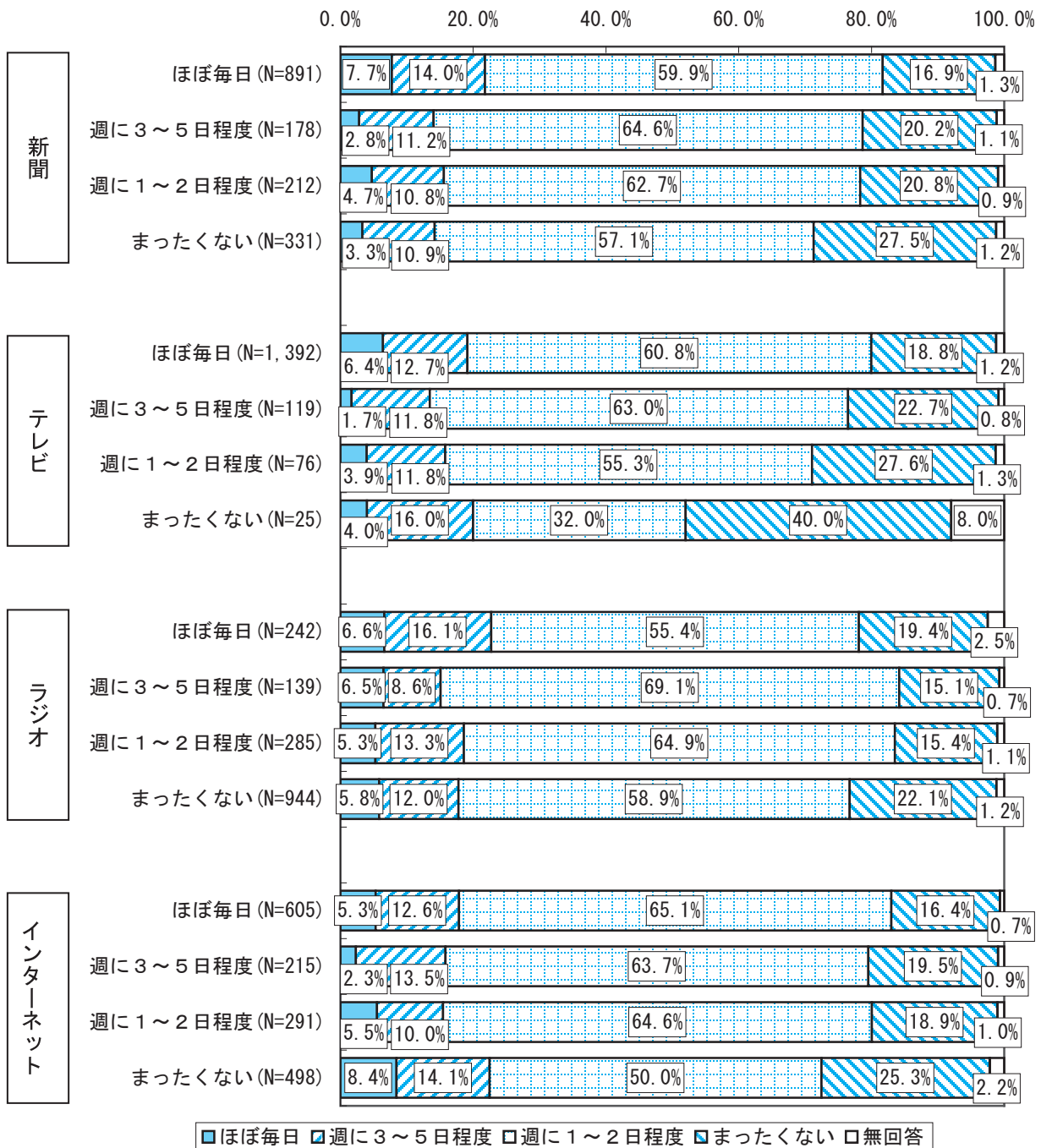


#### 4-2 メディアへの接触頻度からみた、生活実感として、自殺に関する報道に接する頻度

○メディア別の接触頻度からみた、生活実感として、自殺に関する報道に接する頻度をたずねたところ、新聞やテレビ、インターネットへの接触頻度が高い人ほど自殺に関する報道に週に1～2日程度以上接する人が多い傾向となっている。

○ラジオとの接触頻度の高低と自殺に関する報道に接する頻度の高低との顕著な傾向は見出せない。

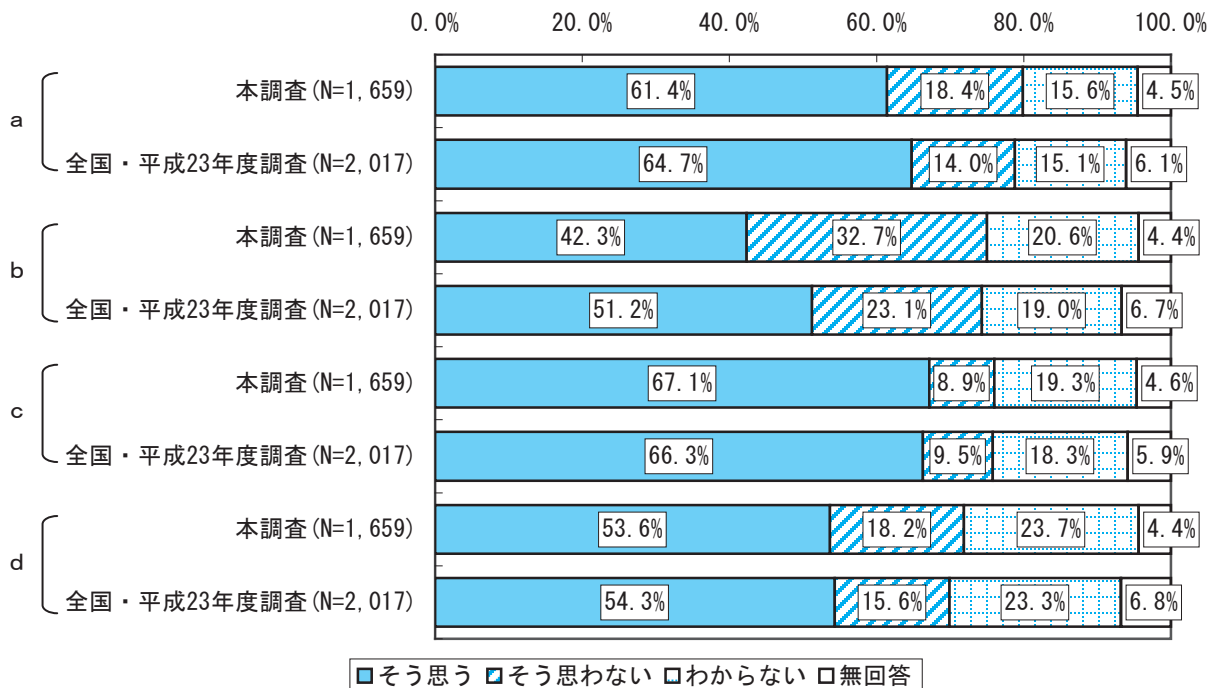
図表 メディア別の接触頻度からみた、生活実感として、自殺に関する報道に接する頻度



### 4-3 新聞やテレビなどマスコミの自殺報道、テレビドラマや映画での自殺シーンの描写に対する意識・考え方

- 新聞やテレビなどマスコミの自殺報道、テレビドラマや映画での自殺シーンの描写に対する意識・考え方をたずねた。
- 「a 自殺手段や方法などの詳しい報道・描写は、それらを真似た自殺を引き起こすことがある」は、全国調査に比べて、本調査では「そう思わない」が4.4ポイント多く、「そう思う」が3.3ポイント少ないが、全体としては同様の回答傾向となっている。
- 「b 有名人の自殺などの大々的な報道は、いわゆる『連鎖自殺』を引き起こすことがある」は、全国調査に比べて、本調査では「そう思わない」が9.6ポイント多く、「そう思う」が8.9ポイント少ないが、全体としては同様の回答傾向となっている。
- 「c 自殺の危険を示すサインやそのときの対応方法、専門の相談窓口などを併せて報道・描写することは、自殺防止に役立つ」は、全国調査に比べて、いずれの選択肢も2ポイント以内の差となっており、回答傾向に大差はない。
- 「d 自殺シーンを美化して描くことは自殺を促す」は、全国調査に比べて、本調査では「そう思わない」が2.6ポイント多いが、回答傾向に大差はない。
- 「そう思う」と肯定的にとらえる人は、「a 自殺手段や方法などの詳しい報道・描写は、それらを真似た自殺を引き起こすことがある」・「c 自殺の危険を示すサインやそのときの対応方法、専門の相談窓口などを併せて報道・描写することは、自殺防止に役立つ」・「d 自殺シーンを美化して描くことは自殺を促す」については過半数を占めている。
- 「b 有名人の自殺などの大々的な報道は、いわゆる『連鎖自殺』を引き起こすことがある」を肯定的にとらえる人は42.3%にとどまり、「そう思わない」という否定的にとらえる人が32.7%と多い。

図表 新聞やテレビなどマスコミの自殺報道、テレビドラマや映画での自殺シーンの描写に対する意識・考え方



自殺に関する県民意識調査報告書《概要版》

平成26年 1 月

編集・発行 滋賀県立精神保健福祉センター

〒525-0072 滋賀県草津市笠山八丁目 4-25

電話 077-567-5010

